



# El binomio turismo-salud: *una estrecha relación; consejos.*

**Dra. Yalena de la Cruz**  
Especialista en Salud Pública  
Catedrática U.C.R.



## Presentación

Esta serie de folletos busca difundir aspectos específicos que impactan el turismo y la salud, con el propósito de crear conciencia y fomentar estilos de vida que respeten la cultura y el medio ambiente.

A la hora de impulsar políticas locales de desarrollo no se debe perder de vista que una ciudad amigable, segura y sin riesgos sanitarios favorece la actividad turística.

Salud no es otra cosa que bienestar biopsicosocial.

*hay una estrecha relación  
entre turismo y salud*



## Turismo y salud

Tal y como lo define la Organización Mundial del Turismo, se llama turismo a un fenómeno social, cultural y económico relacionado con el movimiento de las personas a lugares que se encuentran fuera de su lugar de residencia habitual, por motivos personales, de negocios o profesionales.

Salud, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, es un estado de bienestar bio-psico-social y no solo ausencia de enfermedad.

### Serie: *el binomio turismo-salud*

Yalena de la Cruz es catedrática de la Universidad Costa Rica, donde ha sido profesora de las Escuelas de Medicina e Historia, y del Sistema de Estudios de Posgrado.

[yalenadelacruz@yahoo.com](mailto:yalenadelacruz@yahoo.com)

Estudios: Diplomado en Formación General, Licenciatura en Odontología, Magister Scientiae en Salud Pública, y Doctorado profesional en Cirugía Dental por la Universidad de Costa Rica

#1



## Interrelación entre turista y sitio visitado

Las condiciones del sitio visitado repercuten en la salud del turista, y la salud de éste repercute en la población visitada.

Turismo y salud son un binomio de constante interacción que requiere adecuadas condiciones sanitarias del entorno turístico y ofrecer garantías de seguridad, protección y promoción de la salud del turista.

*“el número cada vez mayor de turistas es una oportunidad económica y a la vez un desafío para la preservación de los recursos naturales y la protección de la salud pública”*

Organización Panamericana de la Salud. Organización Mundial de la Salud. (2009) (OPS/OMS). Resolución CD49.R20. Salud y Turismo. Tomada en la sesión 49º Consejo Directivo Regional. 61 Sesión del Comité Regional. Washington DC, 2009.

*El tiempo en el Caribe transcurre lentamente...  
Hay que tener paciencia para todo, y animarse a caminar tranquilamente por parques y ciudades.*

## Salud y políticas públicas

Desde el punto de vista de las políticas públicas, no se pone en duda la relación directa y constante entre turismo y salud; resulta vital dilucidar el impacto que el turismo tiene en la salud de la población y el impacto que la visita a una región determinada tiene o puede tener para la salud del turista. Ello implica, entre otros, determinar riesgos y establecer medidas preventivas deseables u obligatorias (como vacunación, por ejemplo).

Tanto el turismo como la salud inciden directamente en la economía de los países, y las condiciones de infraestructura y de calidad de vida global (agua, alcantarillado, carreteras, entre otros) son parte ineludible de esas interacciones permanentes e inseparables entre turismo y salud.



*El Caribe es rico en diversidad biológica y cultural.*

*Los niños jugando en el parque son la mejor imagen de nuestros niveles de seguridad*





*Playas, canales y parques son parte de los atractivos turísticos del Caribe. El desove y nacimiento de tortugas en Tortuguero. El snorkeling en Cahuita. El buceo (diving) en distintos puntos también son atractivos. Lo que debe perderse ningún turista es ¡la comida caribeña!*

## Vacunación obligatoria

La única vacuna obligatoria para viajar a Costa Rica es la vacuna **contra la Fiebre Amarilla**, que se exige a las personas que hayan estado (en tránsito de más de 12 horas en aeropuertos) o provengan de países donde esta enfermedad sea considerada de riesgo, o en el caso de haber realizado tránsitos de más de 12 horas en aeropuertos de países con riesgo de transmisión de fiebre amarilla

## Seguridad de alimentos y bebidas

La seguridad alimentaria en cuanto a inocuidad de alimentos está garantizada por un sistema nacional de vigilancia a cargo del Ministerio de Salud, que exige requisitos para la preparación, el almacenamiento y el expendio de alimentos para consumo humano.

En cuanto a bebidas, el suministro de agua para la provincia de Limón realizada por el Instituto Costarricense de Acueductos y Alcantarillados y por las Asadas garantiza el cumplimiento de estándares que garantizan la potabilidad del agua.



## Vigilancia sobre la inocuidad

*Aspectos básicos del saneamiento, manipulación de alimentos, calidad del agua, son objeto de atención en las políticas públicas por parte del Ministerio de Salud y las Municipalidades. Garantizar la inocuidad de los alimentos y bebidas a la población local y a turistas es un compromiso nacional.*



## Guías para la atención en caso de emergencia

Los problemas de salud en el turista pueden incluir: enfermedades infecciosas y lesiones deportivas, accidentes de tránsito y en deportes de riesgo, entre otras, lo cual obliga a preguntarse: ¿A dónde acude un turista si se enferma o sufre un accidente? ¿Cómo va a ser atendido? ¿Se resolverá su problema en forma efectiva? ¿Existe en la zona o debe ser trasladado el sitio apropiado para su atención?

### *Cruz Roja Costarricense*

La Cruz Roja Costarricense brinda servicio de ambulancia y traslados, y atención de urgencia en el sitio de manera gratuita.

### *CCSS, la “Caja” o Caja Costarricense de Seguro Social*

La CCSS brinda consulta médica general, especializada y de atención de emergencias.

Al turista no asegurado por la CCSS, se le cobrarán el monto de los servicios. En todo caso, siempre se le brindará la atención sanitaria requerida.

El turista nacional o residente que cuente con el seguro al día recibirá la atención que corresponda sin cobro alguno.

### *Sector privado*

Existe una red de consultorios, clínicas y hospitales a nivel privado, que brindan los servicios bajo oferta-demanda.

### *Aseguradoras*

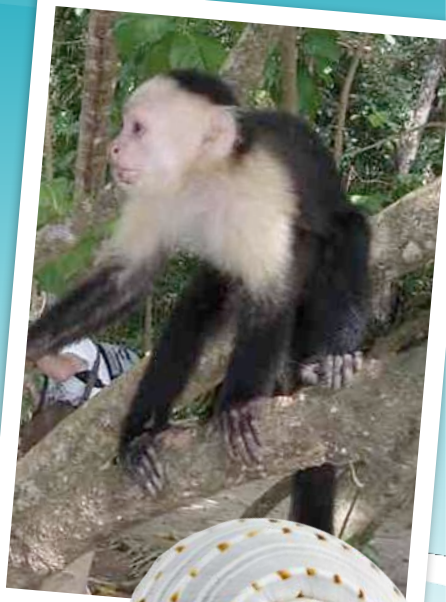
En el país operan una aseguradora pública (el Instituto Nacional de Seguros) y varias aseguradoras privadas, con las que un turista podría tomar una póliza para el período de su viaje. Asimismo, algunos centros reciben



## ¿Qué debería tomar en cuenta un turista que visita el Caribe costarricense?

1. Vacuna contra la fiebre amarilla previamente, si ha visitado o proviene de zonas donde es endémica
2. Si se va a exponer al sol, se le recomienda el uso de protectores solares
3. Por la temperatura (que en el Caribe costarricense suele ser de 22° C o más), se recomienda hidratarse (tomar agua) durante las caminatas
4. Los alimentos y bebidas que se consumen, se preparan con estándares sanitarios vigilados por el Ministerio de Salud, por lo que no representan un riesgo para las personas.
5. Un seguro de salud, tomado en el aeropuerto o en las oficinas de la aseguradora nacional “Instituto Nacional de Seguros” podría ser útil. Diferentes seguros se pueden visualizar en el sitio: <https://sevins.ins-cr.com/cepAnonimov2/frmmenu.aspx>
6. Es recomendable seguir las indicaciones locales: por ejemplo, advertencia de corrientes. Se puede tener información al día con el acceso vía internet al sitio “Módulo de Información Oceanográfica de la Universidad de Costa Rica”: <http://miocimar.ucr.ac.cr/corrientes-marinas>
7. Si necesita algún medicamento, cómprelo en una farmacia. No se recomienda la compra de medicamentos en establecimientos no autorizados. Si tiene duda acerca del origen o la autenticidad de un medicamento, puede consultar gratuitamente el Registro Nacional de productos alimentarios, productos naturales, productos farmacéuticos (medicamentos y drogas), equipo y material biomédico y otros en: <http://registrelo.go.cr/cfmx/ms/consultasPublicas/>
8. El tiempo en el Caribe transcurre a un ritmo lento. Sea paciente.
9. No le de comida a los animales silvestres. En los Parques Nacionales, los animales llegan -a veces- a tener importante cercanía con los humanos; por favor, no les de comida pues perderían sus habilidades naturales para proveérsela.
10. En cuanto a Areas Protegidas y Parques Nacionales, los del Caribe costarricense se encuentran en las llamadas: Amistad-Caribe y Tortuguero. La información oficial la encuentra aquí: <https://areasyparques.com>
11. En Costa Rica se prohíbe fumar en espacios públicos.
12. En Costa Rica está penalizada la explotación sexual comercial de personas menores de edad.

*Buscamos promover un turismo que respete la identidad cultural y favorezca la salud; que garantice seguridad y un disfrute pleno de nuestra biodiversidad y tradición culinaria e histórica*



ISBN: 978-9968-49-257-7



9 789968 492577

ISBN 978-9968-49-257-7



*Monumento en Homenaje al desarrollo de la provincia de Limón, Parque Vargas.*



*El Muelle turístico  
La Municipalidad de Limón*



### *De esta misma serie:*

1. una estrecha relación; consejos
2. psicología del turismo
3. vivienda y condiciones de vida en Limón
4. la comida caribeña

#### *Fotografías:*

- Yalena de la Cruz
- Tomadas de internet, con criterio de con permiso de reproducción: girasoles y conchas, y logo de teléfono